

**Infoblatt zur Sendung
am 13. Dezember 2011 im SWR Fernsehen**

Immergrüne Stauden

Immergrüne Stauden bringen Struktur in den Garten. Sie schaffen einen Rahmen, der gerade im Winter wenn alles grau und braun erscheint, sehr viel wert ist.

So lange der Boden noch nicht gefroren ist, kann gepflanzt werden. Achten Sie auch zwischendurch darauf, an frostfreien Tagen zu gießen, denn die Immergrünen verdunsten über die Blätter auch im Winter Wasser.



Immergrüne Stauden lassen sich ebenfalls prima in Kübel und Kästen für den Balkon oder die Terrasse pflanzen.

Besonders schön sieht es aus, wenn man Stauden wie Christrosen, Seggen und Hirschzungenfarn mit etwas höheren Gehölzen - wie Kiefern, Buchs, Eiben oder Stechpalmen - kombiniert.



Aufgestellt werden die hübschen Körbe so, dass man sie vom Fenster aus sieht.

Empfehlenswerte Stauden:

Schwarzer Schlangensbart, *Ophiopogon planiscapus* 'Niger'
Zwerg-Schlangensbart, *Ophiopogon japonicus* 'Minor'
Dickmännchen, *Pachysandra terminalis* 'Green Sheen'
Tüpfelfarn, *Polypodium vulgare*
Hirschzungenfarn, *Phyllitis scolopendrium*
Purpur-Wolfsmilch, *Euphorbia amygdaloides* 'Purpurea'
Stinkende Nieswurz, *Helleborus foetidus*
Herzblättrige Bergenie, *Bergenia cordifolia* 'Herbstblüte'
Purpurglöckchen, *Heuchera micrantha* 'Peach Flambé', 'Berry Smoothie' und 'Cappuccino'
Japansegge, *Carex morrowii* 'Variegata'
Kriechender Günsel, *Ajuga reptans* 'Mahagony'
Wald-Hainsimse, *Luzula sylvatica*
Stechpalme, *Ilex meserveae*

Empfehlenswerte Gehölze:

Bergkiefer, *Pinus mugo* 'Winter Gold' und 'Humpy'

Zwergkiefer, *Pinus pumila* 'Glauca'

Japanische Eibe, *Taxus cuspidata* 'Nana'

Europäische Eibe, *Taxus baccata* 'Fastigiata Goldstar' und 'Fips'

Buchs, *Buxus sempervirens* var. *arborescens*

Dreiblättrige Waldsteinie, *Waldsteinia ternata*

Adressen:

Häussermann Stauden+Gehölze GmbH

Im Kornfeld 4

71696 Möglingen

Tel: 07141-4999-0

Fax: 07141-4999-250

www.haeussermann.com

Literatur-Tipp:

Stauden im Garten. Gestaltungsideen für immerblühende Beete

von Bettina Rehm-Wolters, Markus Zeller

herausgegeben im Callwey Verlag

Preis: 39,95 €

ISBN 978-3-7667-1886-2

www.callwey.de

Balkon- & Terrassen-Träume

von Friedrich Strauß, Dorothee Waechter, Tanja Ratsch

herausgegeben im BLV Verlag

Preis: 19,95 €

ISBN 978-3-8354-0609-4

www.blv.de

Winterliche Tischdekorationen

Das Auge isst mit, deshalb sollte ein mit Liebe zubereitetes Essen immer auf einer schön gedeckten Tafel serviert werden. Das gilt für kleine Einladungen genauso wie für große Feste – vom Geburtstag bis zur Hochzeit.

Eine Tischdekoration zeigt jedem Gast, dass er herzlich willkommen ist, besonders wenn er seine Lieblingsblumen oder -farben auf der Tafel findet.

Zu einer Dekoration gehören Stilbewusstsein, etwas handwerkliches Geschick und Phantasie.



Die perfekte Tischdekoration beginnt immer mit der Grundausrüstung, bestehend aus Tischdecke, oder Tischband bzw. -läufer.

Erst dann werden die dazu passenden Servietten, Kerzen und besonderen Accessoires ausgewählt. Dabei kann man der Phantasie freien Lauf lassen. Gemüse eignet sich etwa als Alternative zu Blumen gut für eine originelle Tischdekoration.

Weißer Rübenn zum Beispiel sind perfekte Halter für Platzkarten: Eine schön gewachsene, runde Knolle säubern, einige Blätter stehen lassen und ein selbstklebendes Schild aus dem Schreibwarenladen einfach darauf kleben, Namen darauf schreiben – fertig!

Zweige, trockene Blätter und Beeren sind preiswerte Utensilien für eine rustikal ländliche Dekoration, zu der auch Wolle und dicke Kordeln gut passen.

Für ein asiatisches Essen bieten sich Lotusfruchtstände und Orchideen an, aber auch Schalen und Schälchen in verschiedenen Größen, schlichten Formen und dezenteren Farben, geben einem Tisch asiatisches Flair.

Natürlich gehören Essstäbchen dazu, aber halten Sie sicherheitshalber auch "herkömmliches" Besteck bereit. Nicht jeder mag oder kann mit den Stäbchen umgehen.

In der Weihnachtszeit darf es ruhig ein bisschen üppiger sein, allerdings ist die Grenze zum Kitsch zum Beispiel mit Kunstsnow und Lametta schnell überschritten.

Winterlich wirkt ein ganz in weiß gedeckter Tisch. Glaskristalle geben ihm Eleganz, das Innere der *Eucharis*-Blüten und grüne Hortensien, Farbe und Frische.

Adressen:

Merz & Benzing

Garten- und Wohnkultur in der Markthalle
Dorotheenstr. 4
70173 Stuttgart
Tel.: 0711-239 84 0
Fax: 0711-239 84 20
www.merz-benzing.de

Literatur-Tipp:

DekoSpaß mit Blumen. Kreative Ideen zum Selbermachen von Valentin bis Weihnachten

von Klaus Wagener
herausgegeben im Ulmer Verlag
Preis: 12,90 €
ISBN 978-3-8001-5686-3
www.ulmer.de

Orchideen als Zimmerschmuck

Gerade im Winter, wenn das triste Grau regiert, zaubern Orchideen mit ihrer Farbenvielfalt und ihrem Blütenreichtum etwas Exotisches in die eigenen vier Wände.

Mit vielen kleinen Blüten trumpft die duftende Orchideengattung *Oncidium* auf.



Stolz trägt die *Phalaenopsis*, die Schmetterlingsorchidee, die zu den tropischen Arten gehört, ihre Blüten zur Schau.

Als Tischschmuck haben sie zusammen mit Hortensien, Rosen und Korallengras in der Vase ihren großen Auftritt.



Besonders extravagant wirkt die auf Hortensien gebettete *Vanda*. Sie ist im asiatischen Raum zu Hause und eignet sich gut als Schnittblume.

20.000 Arten gibt es, ob in den Tropen, in Wüstennähe oder der Arktis. Ihr Lebensraum ist vielseitig und außergewöhnlich!

In der Natur wachsen die meisten Orchideen in Astgabeln, also auf Bäumen. Deshalb bilden sie Luftwurzeln, über die sie Nährstoffe und Feuchtigkeit aufnehmen.



Ganz in Weiß wirken Schmetterlingsorchideen am edelsten. Die weißen Blüten wirken fast wie gemalt, sie bezaubern mit ihrem porzellanartigen Teint.

Orchideen sind übrigens Lichtgestalten, die es hell mögen. Viele lieben Wärme, aber auch hier gilt Vorsicht: einige mögen keine direkte Sonne.

Beim sensiblen Wurzelwerk gilt: Staunässe vermeiden! Orchideen deshalb nach ihrem wöchentlichen Tauchgang immer gut abtropfen lassen. Dann sind Orchideen ganz unkomplizierte Mitbewohner.

Adressen:

Florale Welten - Die Blumenagentur

Nürnberger Strasse 50-55

10789 Berlin

Tel.: 030-814 867 26

Fax: 030-814 867 27

www.floralewelten.com

Orchideenspezialist:

Gärtnerei Metzger

Lachenstraße 16

71101 Schönaich bei Böblingen

Tel: 07031-65 5672

Fax: 07031-65 5672

www.blumenmetzger.de

Literatur-Tipp:

Flower Style. Blumen stilvoll arrangieren

von Paula Pryke

herausgegeben im Dorling Kindersley Verlag

Preis: 24,95 €

ISBN 978-3-8310-1274-9

www.dorlingkindersley.de

So pflege ich meine Orchideen

von Jörn Pinske

herausgegeben im

Preis: 12,95 €

ISBN 978-3-8354-0814-2

www.blv.de



Kräuterfrau Christel Berweiler - Wermut, *Artemisia absinthum* L.

Eine Volksweisheit besagt: "Was bitter dem Mund, ist dem Magen gesund." Wermut ist das beste Mittel um die Galle zu aktivieren: Seine Wirkstoffe regen den Gallenfluss an und stärken sie.

Wermut ist ideal zur Nachbehandlung überstandener Gallenkoliken und zur Behandlung einer chronisch entzündeten Gallenblase.



Die gesamten Verdauungssäfte des Magens, der Galle und der Bauchspeicheldrüse werden angeregt. So können Fäulnisprozesse und Blähungen stark gemildert werden.

Wermut beschleunigt den Energiestoffwechsel und wärmt. Er regt den Appetit an und wirkt insgesamt kräftigend. Dies hat auch eine positive Wirkung auf die Psyche.

Er ist außerdem eines der besten Mittel bei Übelkeit.

Für Hildegard von Bingen war der Wermut eines der wichtigsten Kräuter, um dem Menschen wieder zur Gesundheit zu helfen.

REZEPT:

Wermutelixier nach Hildegard von Bingen



1 Liter Bio-Weißwein, 150 g Honig, 40 ml Wermutfrühlingsaft, den es fertig in der Apotheke zu kaufen gibt.

Der Wein wird mit dem Honig kurz aufgeköcht. Der Wermutsaft wird in den Honigwein gerührt und heiß wieder in die Weinflasche gefüllt.

Hildegard empfiehlt eine 6-monatige Kur mit Wermutelixier. Jeden zweiten Tag soll morgens auf nüchternen Magen ca. 1 Likörglas getrunken werden.

Sie nannte den Wermut: "Wichtigster Meister gegen alle Erschöpfung."

Warnhinweis: Wermut niemals in der Schwangerschaft verwenden!

Diese Informationen unserer Kräuterfrau stammen zum größten Teil aus der Volks- und Naturheilkunde.

Es handelt sich in der Regel um überlieferte Rezepte und Erfahrungswerte und nicht immer um in wissenschaftlichen Studien der Schulmedizin erwiesene Wirkungen.

Immer wieder gibt und gab es erstaunliche Erfolge in den verschiedenen Anwendungsbereichen der Phytotherapie, deshalb möchten wir Ihnen diese Informationen nicht vorenthalten.

Sie sollen aber keinesfalls als Ersatz für professionelle Beratung und Behandlung durch einen niedergelassenen Arzt ihres Vertrauens dienen.

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr.

Für etwaige Probleme oder Schäden, die aufgrund der Anwendung unserer Rezepte und anderer Selbstbehandlung erfolgen, übernehmen wir natürlich keinerlei Haftung. Jede Selbstbehandlung erfolgt auf eigene Gefahr.

Bitte beachten Sie, dass vor allem sehr wirksame Heilpflanzen immer ziemlich genau dosiert werden sollten. Durch Überdosierung kann sich das Gute durchaus zum Schlechten wandeln und die Inhaltsstoffe können unter Umständen sogar toxisch wirken.

Literatur-Tipp:

Hildegard von Bingen - Das Gartenbuch

von Gerda Tornieporth

herausgegeben im BLV Verlag

Preis: 19,95 €

ISBN 978-3-8354-0276-8

www.blv.de

Meisenfutter selbst gemacht

Im Handel werden zwar fertige Meisenknödel und allerlei anderes Vogelfutter angeboten. Man kann einen leckeren Snack für unsere gefiederten Freunde aber auch selber machen.

Als Grundlage dient Rinder- oder Hammeltalg aus der Metzgerei. Der wird klein geschnitten und vorsichtig zum Schmelzen gebracht.

Auf 5 Teile Fett kommt 1 Teil Speiseöl, damit die Masse beim Erhärten nicht reißt.



Dann kommen die Körner dazu: 2/3 Sonnenblumenkerne und 1/4 Hanfseed, Haferflocken, gehackte Nüsse und kleine Samen aus Kanariens- oder Waldvogelfutter. Das alles gut durchrühren.



Damit die Vögel sich festhalten können wird eine kleine Astgabel an einen Draht gebunden und dieser durch das Topfloch gezogen. Dann wird die Masse eingefüllt.



Mit dem Draht kann man die Töpfe nach dem Aushärten draußen am Baum fest machen.

Allerdings nur wenn es richtig kalt ist und es kaum etwas zu fressen gibt. Ein bisschen suchen sollen die Vögel schon und sich nicht völlig von den Futtergaben der Menschen abhängig machen.

Außerdem verbrennen sie bei der Suche Kalorien, werden also nicht zu dick.

Wichtig ist auch, die Futterstellen nicht in die pralle Sonne zu hängen, sonst wird das Fett schnell ranzig.

Adressen:

NABU Baden-Württemberg

Tübinger Str. 15

70178 Stuttgart

Tel: 0711-86672-12

www.nabu-bw.de

Literatur-Tipp:

Vögel füttern – aber richtig

von Peter Berthold, Gabriele Mohr

herausgegeben im Kosmos Verlag

Preis: 7,95 €

ISBN 978-3-440-11644-9

www.kosmos.de



Kugel kommt! - Buchsschnitt

Ruth Mäckle wohnt seit 1990 wieder in ihrem Elternhaus in Esslingen-Zell. Das 8 ar große Grundstück, bewirtschaftet die 78 Jährige Rentnerin noch weitestgehend alleine.

In ihrem Garten gedeihen Obstbäume, allerlei Stauden, viele Rosen, Himbeeren und eine Wiese mit Margeriten und Löwenzahn. Den Löwenzahn verarbeitet Ruth Mäckle zum Sirup.



Vor 50 Jahren pflanzte ihr Vater an der Rückseite des Hauses eine 10 m lange Buchshecke, die inzwischen ca. 3,50 m hoch und 3 m breit geworden ist und noch nie beschnitten wurde.



Sie verkahlt sehr stark von innen heraus und wird regelmäßig von der Schneelast auseinandergedrückt.

Mit Volkerts Kugels Hilfe wurde der Buchs um ca. 1,5 m gekürzt und seitlich in Form gebracht. Hierfür war eine Akkuheckenschere ausreichend, der Kopf der Hecke musste allerdings mit einer Akkumotorsäge beschnitten werden.

In spätestens einem Jahr werden die Seiten der Buchshecke wieder schön dicht sein. Bis sie auch oben wieder grün ist, wird es 2 Jahre dauern.

Adressen:

**Buchspezialist
Gärtnerei Taraborrelli**
Haldenäcker 1-3
71686 Remseck
Tel.: 07146-910 12
Fax: 07146-910 09
www.gartenbau-taraborelli.de

Literatur-Tipp:

Buchs im Garten
von Gerda Tornieporth
herausgegeben im BLV Verlag
Preis: 7,95 €
ISBN 978-3-405-16058-6
www.blv.de



Dienstags von 18.15 bis 18.45 Uhr
im SWR *Fernsehen* in Baden-Württemberg

Zuschauertelefon: 01803-92 93 33

Gärtnerische Hilfe

Wenn Sie gärtnerische Hilfe oder einen Rat benötigen oder Volker Kugel Ihren Garten zeigen möchten, dann schreiben Sie uns.

Legen Sie ein paar Fotos und eine kleine Beschreibung Ihres Gartens bei und dann kommen wir vielleicht schon bald mit einem Kamerateam bei Ihnen vorbei.

Unsere Adresse lautet:

SWR
grünzeug
70150 Stuttgart

Infoblatt

Wenn Sie unser Infoblatt anfordern möchten, dann senden Sie uns bitte einen mit 0,90 Cent frankierten und adressierten Rückumschlag zu.

Ab sofort können Sie das Infoblatt zur aktuellen und den vergangenen Grünzeug-Sendungen unter der Rubrik „Infoblatt zur Sendung“ auch online abrufen.

Diskussionsplattform

Auf unserer Homepage www.swr.de/gruenzeug finden Sie außerdem eine Diskussionsplattform.

In diesem Grünzeug-Forum haben Sie die Gelegenheit, sich mit anderen Garten-Freunden auszutauschen und Fragen zu stellen.

Wenn Sie an diesem Forum teilnehmen wollen, müssen Sie sich lediglich mit Ihrem Namen registrieren. Die Freischaltung der Anmeldung erfolgt dann über eine Mail an Ihre Mailadresse, die Sie bestätigen müssen.

